

HUBUNGAN MOTIVASI DIRI DENGAN KEPATUHAN DIET PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2

Dwi Putri Lumban Toruan¹, Darwin Karim², Rismadefi Woferst³

Fakultas Keperawatan

Universitas Riau

Email: dwiputrilumban@gmail.com

Abstract

Diabetes mellitus (DM) is a metabolism disease that characterized by increasing high blood glucose because insulin secretion impairment and it caused acute and chronic complication. This research aimed to determine the correlation between self-motivation and diet adherence in patients with diabetes mellitus type 2. This research method used descriptive correlation with cross sectional approach. This research was conducted in Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru against 40 respondents taken by using purposive sampling technique. Instrument used was questionnaires that was tested it is validity and reliability and 24 Hour recall Table. Analyze test used was univariate analysis with the results highest self-motivation who adhere to the diet as many as 21 respondents (52,5%) and lowest dietary compliance as many as 24 respondents (60%). Bivariate analysis used was Chi-Square test with the result showed that highest self-motivation who comply to diet as many as 13 respondents (61,9%). After the bivariate analysis obtained p value (0.003) < α (0.05). The conclusion of this research is that there is correlation between self-motivation and dietary compliance of patients with type 2 diabetes in Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru. Based on the results of the research, it is expected Puskesmas can provide information and identify self-motivation issues and diet adherence associated with efforts to improve health care in diabetic patients, therefore it can improve optimal treatment.

Keywords: Diabetes mellitus, dietary compliance, self-motivation

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) dikenal dengan sebutan penyakit gula darah atau kencing manis. DM merupakan salah satu penyakit metabolik yang selalu mengalami peningkatan setiap tahun di negara-negara seluruh dunia (Syafudin, Damayani, & Demalfan, 2011). Menurut *International Diabetes Federation* (IDF) estimasi kejadian DM di dunia pada tahun 2015 yaitu sebesar 415 juta jiwa. Amerika Utara dan Karibia 44,3 juta jiwa, Amerika Selatan dan Tengah 29,6 juta jiwa, Afrika 14,2 juta jiwa, Eropa 59,8 juta jiwa, Pasifik Barat 153,2 juta jiwa, Timur Tengah dan Afrika Utara 35,4 juta jiwa. Prevalensi kejadian DM di Asia Tenggara sebanyak 78,3 juta jiwa. Indonesia menduduki peringkat ke-7 di dunia dengan prevalensi sebanyak 10 juta jiwa setelah China, India, Amerika Serikat, Brazil, Rusia, dan Mexico. Pada tahun 2040 data tersebut diperkirakan akan terus meningkat, dimana 1 dari 10 orang dewasa akan menderita DM (IDF, 2015).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 melaporkan bahwa penderita DM di Provinsi Riau terdiagnosis sebanyak 41.071 orang. Data yang didapatkan dari Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru (2016) menyebutkan bahwa angka

kejadian DM sebanyak 15.233 kasus. Kasus baru sebanyak 1.136 dan estimasi penderita DM tahun 2017 untuk kasus baru diperkirakan akan meningkat menjadi 6.128 kasus. Distribusi kunjungan kasus DM di 20 Puskesmas se-kota Pekanbaru menunjukkan data terbanyak di wilayah kerja Puskesmas Harapan Raya dengan jumlah 2.297 kunjungan, tahun 2017 terjadi penurunan jumlah kunjungan yaitu menjadi 1.215 kunjungan dan pasien DM yang berkunjung dalam satu bulan terakhir sebanyak 102 kunjungan.

DM adalah penyakit metabolisme yang merupakan suatu kumpulan gejala yang timbul pada seseorang karena adanya peningkatan kadar glukosa darah diatas nilai normal. Peningkatan kadar glukosa darah tersebut diakibatkan karena adanya gangguan pada sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya (Riskesdas, 2013). Penyakit ini dapat menyerang siapa saja dari berbagai kelompok umur dan kelompok sosial ekonomi (Syafudin, Damayani, & Demalfan, 2011). Ada 2 tipe DM, yaitu DM tipe 1 dan DM tipe 2. DM tipe 1 merupakan DM yang umumnya didapat sejak masa kanak-kanak dengan kerusakan sel beta pankreas akibat faktor autoimun, genetik atau idiopatik, sedangkan

DM tipe 2 merupakan DM yang umumnya didapat setelah dewasa akibat resistensi insulin terkait perubahan gaya hidup (Risikesdas, 2013).

Mengubah gaya hidup merupakan pengobatan yang difokuskan pada penderita DM tipe 2 untuk mengendalikan kadar gula dalam darah (Akmal, Indahaan, Widhawati, & Sari, 2016). Kadar gula darah yang tidak terkontrol akan menyebabkan komplikasi jangka pendek, jangka panjang, dan dapat menyebabkan kematian pada penderita (Krisnatuti, Rasjmida, & Yenyira, 2014). Untuk menghindari terjadinya komplikasi tersebut, penderita DM perlu mengendalikan dan menjaga kadar gula darah agar tetap berada dalam batas normal dengan cara mengatur pola makan atau diet (Praptini, 2011).

Diet dapat diartikan sebagai cara pengaturan dalam mengonsumsi makanan untuk mengubah kebiasaan makan sehari-hari (Akmal, Indahaan, Widhawati, & Sari, 2016). Diet DM pada dewasa ini sama saja dengan diet sehat yang diterapkan di tengah masyarakat umum, dengan ragam pilihan nutrisi yang lebih luas dan makanan-makanan kaya karbohidrat yang lebih kompleks (atau lambat diserap) sebagai penyusun rencana diet harian. Anjuran diet yang sesuai untuk DM biasanya berupa diet yang kaku, ketat dan monoton (Katsilambros, Charilos, Meropi, Evangelia, & Kallopi, 2014). Pasien DM banyak yang merasa tersiksa sehubungan dengan jenis dan jumlah makanan yang dianjurkan sehingga mereka mengalami kesulitan untuk mematuhi anjuran diet tersebut. Kepatuhan merupakan salah satu kendala pada pasien DM. Kepatuhan adalah kemauan individu untuk menjalankan perintah yang disarankan oleh dokter, perawat, dan petugas kesehatan lainnya dalam mengatur pola makan sehat (Gustina, Suratun, & Heryati 2014).

DM merupakan penyakit kronis yang memerlukan terapi dan perawatan yang cukup lama dan dapat menimbulkan kebosanan, kejenuhan, bahkan frustrasi (Prasetyani & Sodikin, 2016). Kejenuhan yang timbul karena terapi diet dengan menu makanan serba dibatasi membuat penderita DM tidak mudah dalam mengatur pola makannya. Penderita DM cenderung terus-menerus mengonsumsi

karbohidrat dan makanan sumber glukosa secara berlebihan yang dapat meningkatkan kadar gula darah. Pengaturan pola makan pada penderita DM perlu diterapkan dalam kebiasaan makan sehari-hari sesuai kebutuhan tubuh dengan melakukan diet DM yang dianjurkan. Oleh karena itu diperlukan adanya motivasi bagi penderita DM untuk mengontrol kadar gula dalam darah (Bertalina & Purnama, 2016). Motivasi dapat dikatakan sebagai kekuatan yang ada dalam diri manusia yang menyebabkan seseorang bertindak atau berbuat untuk memenuhi kebutuhannya (Jahja, 2011). Motivasi sangat penting perannya, karena dengan motivasi mampu membuat seseorang melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan yang diinginkan (Bertalina & Purnama, 2016).

Motivasi adalah dorongan dari dalam yang digambarkan sebagai harapan, keinginan, dan sebagainya yang bersifat menggiatkan atau menggerakkan individu untuk bertindak atau bertingkah laku guna memenuhi kebutuhan (Sarinah & Mardalena, 2017). Motivasi terbagi atas dua jenis, yaitu motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi intrinsik timbul dari dalam diri individu dan motivasi ekstrinsik timbul sebagai akibat pengaruh dari luar individu (Nursalam, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Bertalina dan Purnama tahun (2016) pada 30 responden, diketahui bahwa masih banyak pasien DM yang tidak patuh dalam pelaksanaan diet yaitu sebesar 60% sedangkan yang patuh dalam melaksanakan diet DM adalah sebesar 40%. Distribusi berdasarkan motivasi pasien diketahui bahwa lebih banyak responden yang memiliki motivasi kurang baik yaitu sebesar 53,3% sedangkan motivasi yang baik adalah sebesar 46,7%.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Gustina, Suratun, dan Heryati (2014) pada 70 responden, didapatkan bahwa faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet DM adalah motivasi pasien dengan nilai ($p < 0,001$). Responden dengan motivasi yang baik memiliki peluang untuk mematuhi diet DM sebesar 329.667 kali dibandingkan responden dengan motivasi kurang.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 7 – 11 Februari 2018 dengan mewawancarai 10 orang

penderita DM tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya, didapatkan data bahwa 6 orang mengatakan tidak mengikuti anjuran diet yang telah ditetapkan oleh petugas kesehatan, seperti makan dengan jadwal yang tidak sesuai, jumlah makanan yang tidak terkontrol dan tidak mematuhi jenis makanan yang dianjurkan. Pasien mengatakan mengalami kesulitan dalam mematuhi anjuran diet yang dianjurkan karena jenis, jadwal dan jumlah makanan yang serba dibatasi, sehingga menimbulkan kebosanan dan beranggapan bahwa terapi diet tersebut tidak efektif untuk menurunkan kadar gula darah.

Pasien juga mengatakan apabila telah mengetahui bahwa kadar gula darah mengalami penurunan dari kadar gula darah sebelumnya, maka mereka cenderung mengabaikan diet yang dianjurkan dan beranggapan bahwa mereka sudah sembuh. 4 orang lainnya mengatakan mengikuti anjuran diet yang telah ditetapkan oleh petugas kesehatan dengan mengatur pola makan sehari-hari dan memperhatikan jadwal, jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi, serta memiliki motivasi yang tinggi terhadap kesembuhan penyakit yang dideritanya. Pasien termotivasi karena mereka percaya bahwa program diet akan menurunkan kadar gula dalam darah dan terhindar dari komplikasi lebih lanjut.

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan motivasi diri dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2.

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi untuk menambah wawasan dan ilmu pengetahuan khususnya tentang motivasi diri dan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru yang dimulai dari bulan Februari sampai bulan Juli 2018. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif korelasi dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*.

Populasi dalam penelitian ini adalah rata-rata kunjungan pasien dalam satu bulan terakhir, yaitu pada bulan Januari 2018 yang

berjumlah sebanyak 64 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah 40 responden yang diambil dengan cara *simple random sampling*.

Alat pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner motivasi diri dan tabel 24 *Hour Recall*. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat mendeskripsikan karakteristik responden terkait jenis kelamin, usia, dan pendidikan terakhir. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui apakah ada hubungan yang signifikan antara dua variabel menggunakan uji *chi-square*.

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Univariat

Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, umur, dan pendidikan terakhir dapat dilihat dari tabel 1 berikut ini:

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden

No	Karakteristik Responden	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Jenis Kelamin		
	- Laki-laki	14	35,0
	- Perempuan	26	65,0
Total		40	100,0
2	Umur		
	- Lansia Awal (46-55)	17	42,5
	- Lansia Akhir (56-65)	19	47,5
	- Masa Manula (>65)	4	10,0
	Total		40
3	Pendidikan Terakhir		
	- SD	10	25,0
	- SMP	12	30,0
	- SMA	13	32,5
	- Perguruan Tinggi	5	12,5
Total		40	100,0

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 65,0% (26 orang). Umur responden terbanyak berada pada umur lansia akhir (56-

65 tahun) sebanyak 47.5% (19 orang). Pendidikan responden terbanyak berada pada pendidikan SMA sebanyak 32,5% (13 orang).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Motivasi Diri

No	Motivasi Diri	Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Tinggi	21	52,5
2.	Rendah	19	47,5
Total		40	100,0

Tabel 2 menunjukkan responden yang memiliki motivasi diri tinggi yang terbanyak yaitu 21 orang (52,5%).

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepatuhan Diet

No	Kepatuhan Diet	Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Patuh	18	45,0
2.	Tidak Patuh	22	55,0
Total		40	100,0

Tabel 3 menunjukkan bahwa responden yang mematuhi diet dengan kategori tidak patuh adalah yang terbanyak yaitu 22 orang (55,0%).

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk melihat hubungan variabel yang diukur, yaitu motivasi diri dan kepatuhan diet penderita DM tipe 2 dapat dilihat pada tabel 4 berikut ini:

Tabel 4
Hubungan Motivasi Diri Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita DM Tipe 2 (N=40)

No	Motivasi Diri	Kepatuhan Diet		Total	p-value
		Patuh	Tidak Patuh		
		N	N		
1.	Tinggi	14	7	21	0,010
2.	Rendah	4	15	19	
Total		18	22	40	

Hasil uji statistik *chi-square* menunjukkan bahwa nilai $p\text{ value} = 0,010 < \alpha = (0,05)$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara

motivasi diri dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2.

PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

a. Jenis Kelamin

Hasil penelitian didapatkan bahwa persentase jenis kelamin responden terbanyak adalah jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 26 responden (65,0%), sedangkan responden jenis kelamin laki-laki sebanyak 14 responden (35,0%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Trisnawati dan Setyorogo (2013) dengan hasil penelitiannya menyatakan bahwa penderita DM tipe 2 lebih banyak terjadi pada perempuan dibandingkan laki-laki.

Penelitian Allorerung, Sekeon, dan Joseph (2016) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan kejadian DM tipe 2 di Puskesmas Ranotana Weru Manado. Perempuan lebih berisiko terkena DM tipe 2 karena berhubungan dengan perubahan hormonal. Menurut Price dan Wilson (2012) perempuan juga merupakan salah satu faktor risiko yang dapat menyebabkan terjadinya DM tipe 2 karena perempuan mengalami peningkatan sekresi berbagai hormon, seperti kehamilan dan proses menopause yang mempunyai efek metabolik terhadap toleransi glukosa.

b. Umur

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan bahwa usia terbanyak adalah pada kelompok rentang usia lansia akhir (56-60 tahun) yaitu sebanyak 19 responden (47,5%) dan yang paling sedikit yaitu pada kelompok rentang usia masa manula (>65 tahun) yaitu sebanyak 4 responden (10,0%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawaty dan Yanita (2016) yang menunjukkan bahwa responden yang memiliki umur >50 tahun cenderung berisiko untuk terkena penyakit DM tipe 2. Hal ini terjadi akibat penuaan yang dapat menyebabkan menurunnya sensitifitas insulin dan penurunan fungsi tubuh terhadap aktivitas metabolisme glukosa didalam darah.

Tarwoto (2016) menyatakan bahwa DM tipe 2 banyak terjadi pada usia dewasa lebih dari 45 tahun karena berkembang

lambat dan terkadang tidak terdeteksi, namun bila kadar gula darah tinggi baru dapat dirasakan tanda dan gejalanya seperti kelemahan, poliuri, polidipsi, dan gangguan pengelihan, sehingga banyak orang yang mengetahui bahwa mereka terkena DM tipe 2 setelah usia lanjut.

Hasil penelitian juga menyatakan bahwa sebagian responden dengan rentang usia 56-60 tahun cenderung tidak mengetahui tanda gejala DM. Responden dengan rentang usia 56-60 tahun merupakan rentang usia yang bersiko untuk mengalami DM tipe 2. Hasil wawancara juga didapatkan bahwa responden sering lupa mengenai penatalaksanaan DM. Hal ini dikarenakan faktor usia tersebut rentan untuk mengalami penurunan fungsi kognitif dalam mengingat apa saja anjuran yang telah diberikan oleh petugas kesehatan terhadap program diet sehingga perlu adanya dukungan dari keluarga untuk membantu mengingatkan pasien.

c. Pendidikan Terakhir

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 40 responden menunjukkan bahwa pendidikan terakhir responden terbanyak pada kelompok yang berpendidikan sekolah menengah atas (SMA) sebanyak 32,0% (13 orang) dan yang paling sedikit yaitu perguruan tinggi sebanyak 12,5% (5 orang). Hal ini sejalan dengan penelitian Fauzia, Sari, dan Artini (2013) yang menunjukkan karakteristik responden berdasarkan pendidikan yang paling banyak adalah pendidikan SMA sebanyak 20 orang (66,7%).

Responden yang berpendidikan terakhir SMA dalam penelitian ini menyatakan bahwa mereka sudah mengetahui jadwal, jumlah makanan, dan jenis makanan apa saja yang boleh dikonsumsi oleh pasien DM dan cenderung lebih sering untuk mencari informasi mengenai penyakit DM dan bagaimana cara penatalaksanaan yang tepat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Isnaini dan Saputra (2017) yang menyatakan bahwa mayoritas responden berpendidikan menengah atas adalah sebanyak 18 orang (45%). Responden yang berpendidikan menengah atas memiliki

pengetahuan yang baik, sehingga cenderung memiliki kemampuan yang lebih dalam memperoleh dan menyerap informasi yang diberikan oleh petugas kesehatan mengenai program diet DM.

d. Karakteristik Motivasi Diri

Motivasi merupakan suatu dorongan dari dalam diri seseorang yang dapat menyebabkan seseorang tersebut melakukan kegiatan-kegiatan tertentu guna mencapai suatu tujuan (Notoatmodjo, 2010). Hasil penelitian pada 40 penderita DM tipe 2 didapatkan bahwa responden yang memiliki motivasi diri yang tinggi adalah yang terbanyak yaitu 21 orang (52,5%). Hal ini sejalan dengan penelitian Gustina, Suratun, dan Heryati (2014) yang menunjukkan bahwa mayoritas motivasi penderita DM tipe 2 memiliki motivasi yang baik yaitu sebanyak 44 orang (62,9%).

Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki keinginan dan harapan yang tinggi agar kadar gula darah dapat terkontrol dan terhindar dari komplikasi lebih lanjut. Pasien DM yakin bahwa apabila rutin melakukan kontrol gula darah dan melakukan diet sesuai dengan anjuran yang diberikan oleh petugas kesehatan, maka kadar gula darah akan terkontrol dan dapat mengetahui apa saja intervensi yang sesuai untuk perawatan selanjutnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Tera (2011) dengan studi kualitatif pada penderita DM tipe 2 mendapatkan hasil bahwa terdapat tiga partisipan yang memiliki motivasi yang kurang baik dan mengatakan tidak memiliki kemauan ataupun keinginan untuk mematuhi diet DM, serta tidak melakukan pengaturan makan sesuai diet yang dianjurkan oleh petugas kesehatan dan beranggapan bahwa program diet tersebut tidak efektif untuk menurunkan kadar gula darah.

e. Karakteristik Kepatuhan Diet

Kepatuhan merupakan suatu bentuk ketaatan dalam melakukan sesuatu sesuai dengan tujuan yang telah ditentukan. Kepatuhan juga mengacu pada kemampuan individu untuk mempertahankan program-program kesehatan yang diberikan dalam

menjalankan program diet DM pada penderita DM tipe 2 (Bastable, 2002).

Hasil penelitian pada 40 penderita DM tipe 2 didapatkan bahwa sebagian besar responden tidak patuh terhadap program diet DM adalah sebanyak 22 orang (55,0%). Alasan responden tidak mematuhi program diet adalah mereka merasa bosan dan mengalami kesulitan karena harus mengukur takaran ataupun menimbang setiap jenis makanan yang akan dikonsumsi. Responden juga mengatakan bahwa mereka hanya memakan makanan yang dihidangkan oleh keluarga atau mengikuti pola makan keluarga meskipun itu bertentangan dengan menu diet DM.

Hal ini sejalan dengan penelitian Febriana (2014) pada 96 responden yang mendapatkan hasil bahwa lebih banyak responden yang tidak patuh terhadap diet DM yaitu sebanyak 66 orang (68,8%). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Bertalina dan Purnama (2016) pada 30 responden yang menyatakan bahwa pasien yang tidak patuh terhadap diet DM memiliki persentase lebih banyak adalah sebesar 18 orang (60,0%). Hal yang dapat menyebabkan ketidakpatuhan dalam melaksanakan program diet yaitu penderita DM tipe 2 sering mengabaikan pola konsumsi makanan yang telah dianjurkan oleh petugas kesehatan.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk melihat hubungan antar variabel. Berdasarkan data yang sudah diolah menggunakan program statistik komputer dengan menggunakan uji *chi-square* didapatkan *p-value* (0,010) < α (0,05), maka H_0 ditolak dan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan motivasi diri dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru.

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 21 responden dengan motivasi diri tinggi, 14 responden (66,7%) patuh terhadap diet DM dan 7 responden (33,3%) tidak patuh terhadap diet DM. Sedangkan dari 19 responden dengan motivasi rendah, 4 responden (21,1%) patuh terhadap diet DM dan 15 responden (78,9%) tidak patuh terhadap diet DM.

Penelitian Isnaini dan Saputra (2017) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi diri dengan kepatuhan diet pasien DM tipe 2. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Bertalina dan Purnama (2016) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara motivasi dengan tingkat kepatuhan diet dengan nilai $p=0,004 < \alpha$ (0,05). Penderita DM tipe 2 yakin apabila mematuhi diet yang dianjurkan dengan mengatur menu makanan sehari-hari tubuh mereka akan merasa lebih baik dan merasa kadar gula darah sudah terkontrol.

Hal ini sejalan dengan penelitian Yulia (2015) yang menyatakan bahwa salah satu faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet pada penderita DM tipe 2 di Puskesmas Kedungmundu yaitu motivasi diri dengan nilai $p=0,035 < \alpha$ (0,05). Menurut Bastable (2002) menyatakan bahwa kepatuhan pada program kesehatan merupakan perilaku yang dapat diobservasi dan dapat diukur.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang memiliki motivasi yang tinggi tidak patuh terhadap diet DM karena mereka memiliki keinginan yang besar untuk sembuh namun tidak melakukan diet DM yang dianjurkan, karena responden merasa bosan sehubungan dengan menu makanan yang telah dianjurkan dan menganggap bahwa diet DM tidak efektif untuk menurunkan kadar gula darah, sehingga sering mengabaikan pola konsumsi makanan. Responden yang memiliki motivasi rendah dan tidak patuh terhadap diet beranggapan bahwa diet DM sangat sulit untuk dilakukan. Responden yang memiliki motivasi tinggi dan patuh terhadap diet yakin bahwa penyakit DM merupakan penyakit akibat dari pola makan yang salah dan tidak teratur dan hanya dapat dikontrol dengan mengatur menu makanan sehari-hari serta mengurangi jumlah makanan yang dikonsumsi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang memiliki motivasi tinggi memiliki peluang lebih besar untuk mematuhi diet DM. Hal ini sejalan dengan penelitian Yulia (2015) yang menyatakan bahwa sebagian besar responden memiliki motivasi diri yang baik dan menunjukkan proporsi kepatuhan diet yang lebih banyak.

Responden yang memiliki motivasi diri yang baik akan menjadi pendorong bagi individu dalam mematuhi dan mengikuti program diet yang telah dianjurkan oleh petugas kesehatan.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 65,0% (26 orang). Umur responden terbanyak berada pada umur lansia akhir (56-65 tahun) sebanyak 47,5% (19 orang). Pendidikan responden terbanyak berada pada pendidikan SMA sebanyak 32,5% (13 orang). Motivasi diri responden yang memiliki motivasi diri tinggi yang terbanyak yaitu 21 orang (52,5%).

Berdasarkan karakteristik kepatuhan diet responden dengan kategori tidak patuh adalah yang terbanyak yaitu 22 orang (55,0%). Hasil uji statistik *Chi-Square* menunjukkan bahwa nilai $p \text{ value} = 0,010 < \alpha (0,05)$. Hal ini berarti H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara motivasi diri dengan kepatuhan diet pada penderita DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru tahun 2018.

SARAN

1. Bagi perkembangan ilmu keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai identifikasi dan analisis untuk mengembangkan keilmuan terkait motivasi dan kepatuhan diet pada penderita DM tipe 2. Perawat juga diharapkan dapat memberikan informasi serta pendidikan kesehatan (penkes) dalam upaya meningkatkan kepatuhan diet pada pasien DM tipe 2 untuk mencegah terjadinya komplikasi DM lebih lanjut.

2. Bagi pelayanan kesehatan

Diharapkan kepada Puskesmas untuk dapat mempertahankan dan meningkatkan mutu pelayanan kesehatan dengan cara memberikan pendidikan kesehatan dan promosi kesehatan serta dapat memotivasi pasien DM agar memiliki keyakinan dan kemauan untuk melakukan dan meningkatkan kepatuhan terhadap program diet yang telah dianjurkan.

3. Bagi penderita DM tipe 2

Diharapkan dapat mencari informasi tentang diet DM baik dari media massa, internet, maupun mengikuti penyuluhan kesehatan, dan selalu termotivasi untuk mematuhi program diet yang telah dianjurkan oleh tenaga kesehatan. Pasien DM juga disarankan untuk tetap menjaga pola makan, rutin berolahraga, dan melakukan pengecekan gula darah secara rutin agar komplikasi lebih lanjut dapat dicegah.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya sebaiknya melakukan penelitian tentang kepatuhan diet DM dengan jumlah sampel yang lebih besar dan pengambilan data yang lebih lengkap melalui observasi langsung kebiasaan diet pasien.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih yang tak terhingga atas bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak dalam penyelesaian laporan penelitian ini.

¹**Dwi Putri Lumban Toruan:** Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Indonesia

²**Ns. Darwin Karim, S.Kep., M.Biomed:** Dosen Departemen Keperawatan Medikal Bedah Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Indonesia

³**Rismadefi Woferst, S.Si., M.Biomed:** Dosen Departemen Keperawatan Medikal Bedah Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Indonesia

DAFTAR PUSTAKA

- Akmal, M., Indahaan, Z., Widhawati, & Sari, S. (2016). *Ensiklopedi Kesehatan*. Jogjakarta: AR-RUZZ MEDIA.
- Allorerung, D., Sekeon, S., & Joseph, W. (2016). Hubungan Antara Umur, Jenis Kelamin Dan Tingkat Pendidikan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Ranotana Weru Kota Manado Tahun 2016. 1-8. Diperoleh pada tanggal 16 Juli 2018 dari <https://www.google.com/url/medkesfkm.unsrat.ac.id>.
- Fauzia, Y., Sari, E., & Artini, B. (2013). Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus Surabaya. William, A.,

- Jln, B., No, C., & Kunci, K. (n.d.). Diperoleh pada tanggal 14 Juli 2018 dari <https://www.google.com/url/portalgaruda.org%2Farticle.php%3Farticle%3D423463>
- Febriana, R. (2014). Hubungan Kepatuhan Diit Dengan Kadar Gula Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Rawat Inap RSUD Sukoharjo. Diperoleh pada tanggal 17 Juli 2018 dari https://www.google.com/url/eprints.ums.ac.id%2F28060%2F17%2FNASKAH_PUBLIKASI.pdf
- IDF. (2015). *Konsensus Atlas*. (7th Ed).diperoleh tanggal 30 Januari 2018 dari <https://doi.org/10.1289/image.ehp.v119.i03>
- Gustina, Suratun, & Heryati. (2014). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Diet Diabetes mellitus. *JKep*, 2(3), 97–107. Diperoleh tanggal 25 januari 2018 dari <http://ejurnal.poltekkesjakarta3.ac.id/index.php/JKEP/article/view/41>
- Isnaini. N & Saputa, M. (2015). Penggunaan, P., & Terhadap, I. U. D. *Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Kesehatan*, XIII(3). No, V. O. L. X., Peserta, M., Di, D. L., Negeri, M., Huda, S. Diperoleh pada tanggal 15 Juli 2018 dari <https://www.google.com/url/jurnalnasional.ump.ac.id%2Findex.php%2Fmedisains%2Farticle%2Fview%2F1608>
- Jahja, Y. (2011). *psikologi perkembangan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Katsilambros, N., Charilos, D. P., Meropi, K., Evangelia, M., & Kallopi, A. P. (2014). *Asuhan Gizi Klinik*. Jakarta: EGC.
- Kemendes RI. (2013). *Riskesdas 2013*. Kementerian Kesehatan RI: Badan Penelitian dan Pengembangan.
- Krisnatuti, D., Rasjmida, D., & Yenyira, R. (2014). *Diet Sehat Untuk Penderita Diabetes*. Jakarta Timur: Penebar Swadaya Group. Diperoleh tanggal 1 Februari 2018 dari <http://books.google.co.id/books?id>
- Kurniawaty, E & Yanita, B. (2016). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe II. *Majority*. 5(2), 27-28. Diperoleh pada tanggal 20 Juli 2018 dari <http://www.google.com.url/?sa=t&source=web&rct=j&url=http://juka.kedokteran.unila.ac.id/indeks.php/majority/article/download/1073>
- Notoatmodjo, S. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2015). *Manajemen Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Praptini, P. E. (2011). *Menu 30 hari & Resep Untuk Diabetisi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Prasetyani, D., & S. (2016). Hubungan dukungan keluarga dengan kemampuan self-care pada pasien diabetes melitus tipe 2, *IX(2)*, 37–42. Diperoleh tanggal 5 Februari 2018 <http://googleweblight.com/i?u=http://jka.stikesalirsyadclp.ac.id/index.php/jka/article/view/56&hl=id-ID>
- Price, S. A. & Wilson, L. M. (2012). *Patifisiologi (Konsep Klinis)*. Jakarta: EGC.
- Sarinah & Mardalena. (2017). *Pengantar Manajemen*. Yogyakarta: Deepublish. Diperoleh tanggal 31 Januari 2018 <http://books.google.co.id/books?id>
- Syafrudin, S. K., Damayani, A. D., & Demalfan. (2011). *Himpunan Penyuluhan Kesehatan*. Jakarta: Trans Info Media.
- Tarwoto. (2016). *Keperawatan Medikal Bedah Gangguan Sistem Endokrin*. Jakarta: Trans Info Media.
- Tera, B. (2011). Determinan Ketidakpatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus Tipe 2, 2. Diperoleh pada tanggal 15 Juli 2018 dari <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwiCjcO5kKrcAhXOfH0KHSUnCMYQFggpMAA&url=http%3A%2F%2Fprints.undip.ac.id%2F32591>
- Trisnawati, S.K & Setyorogo, S. (2013). Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Kecamatan Cengkareng Jakarta Barat. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(1): pp. 6-11. Diperoleh pada tanggal 17 Juli 2018 dari <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://fmipa.umri.ac.id/wp-content/uploads/2016/06>
- Yulia, S. (2015). Kepatuhan Dalam

Menjalankan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2, 2. Diperoleh tanggal 15 Juli 2018 dari <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja>

https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwjpuq_hkqrcAhXbfysKHSQHDGQQFggpMAA&url=http%3A%2F%2Flib.unnes.ac.id%2F25751%2F1%2F6411411032.pdf